

8月スケジュール

神楽坂スタジオ

営業時間

平日 9:30～22:00
土日 8:15～17:00
祝日 8:15～15:00

運動量小クラス：★
運動量小～中クラス：★★
運動量中クラス：★★★

※祝日を除く毎週金曜日は休館日です

月	火	水	木	金	土	日
		7:35-8:35 朝ヨガ ★ 13日 TOMO/ 20日 YUI			8:35-9:35 朝ヨガ ★ 2日・16日 Risa 9日・23日・30日 TOMO	8:35-9:35 バンドフローヨガ ★ YUI 31日 朝ヨガ SHIZUKA
10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ U	10:00-11:15 りらっくすヨガ ★ Nanae	10:00-11:15 ベーシックヨガ ★ ASAHI 6日 TOMO	10:00-11:15 ベーシックヨガ ★ 28日 kazuko 7日・21日エアフローヨガ★★YUI		10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ TAKEC	10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ 3日・17日 TOMO 10日 YUI 31日 やさしいエアフローヨガ★ TOMO 24日 8:45-10:45 太陽礼拝WS YUI
11:45-13:00 ハタ&リストラティブヨガ ★ TOMO 25日ベーシックヨガ★Nanae 18日 ビギナーベーシックピラティス★YUI	11:45-13:00 エアリストラティブYinFlow★ SHIZUKA 19日 やさしいエアフローヨガ★★TOMO 11:45-12:45 12日 骨盤メンテナンスヨガ (マタニティ可) 26日 骨盤調整ヨガ★★Nanae	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ 13日TOMO/20日YUI 6日 やさしいエアフローヨガ★ TOMO 27日 エアリストラティブYinFlow★ SHIZUKA	11:45-13:00 ビギナーベーシックピラティス ★ YUI 21日ピラティス★★ 28日 エアフローヨガ★★TAKEC		11:50-13:05 ベーシックヨガ ★ YUI 30日 バンドフローヨガ★TAKEC	11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス ★ YUKI 10日 TOMO 31日 POPピラティス★★ YUKI
8月11日 (月祝) 8:35-9:35 朝ヨガ★kazuko 10:05-11:20 エアフローヨガ★★★U 11:50-13:05 バンドフローヨガ★★★TAKEC 13:35-14:50 ギアゾーンヨガビギナー★ TAKEC			13:35-14:35 ピラティス ★★ 28日 TOMO		13:35-14:50 ピラティス&ストレッチ ★★ AYUKO	13:35-14:50 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ Asuka 3日エアリストラティブYinFlow★SHIZUKA 17日 エアフローヨガ★★★ YUI 31日 エアフローヨガ ★★ TOMO
18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ 18日TOMO/25日YUI 4日 エアフローヨガ★★★ YUI	18:30-19:45 ホィールヨガビギナー ★ AI 5日 ベーシックヨガ★	18:30-19:45 ピラティス&フローヨガ★ 6日・13日 YUI ピラティス&ストレッチ ★ 20日・27日 TOMO	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ TOMO		15:20-16:35 ヴィンヤサフローヨガ ★ Nori 9日・23日 デトックスヨガ★★	15:20-16:35 ホィールヨガ ★★ Asuka 10日・24日 ホィールヨガビギナー★
20:10-21:25 ギアゾーンヨガビギナー ★ MITSUE 25日バンドフローヨガ★★ MITSUE	20:10-21:25 ウーマンライフヨガ ★★ AI	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ YUI 20日・27日 やさしいエアフローヨガ★ TOMO	20:10-21:25 りらっくすヨガ ★ ミヤビ		 @YARD_KAGURAZAKA 【Instagram】 インスタグラムでは、 スタジオの様子やイベントを発信！	Check it out★ 7月のバンドフローヨガ 8/3(日) 8:35～9:35 YUI 8/10(日) 8:35～9:35 YUI 8/17(日) 8:35～9:35 YUI 8/25(月)20:10～21:25 MITSUE

※全てのレッスンは予約制となります。